

# 東京医療

東京医療生活協同組合の理念 「誠実」

## 東京医療生協職員の倫理綱領

1. 私たちは医療の質の向上に努め、人格教養を高めることによって、全人的医療を目指します。
2. 私たちは医療記録を適正に管理し、また知り得た内容を他にもりませぬ。
3. 私たちは病める人々の権利の擁護とプライバシーの保護に努めます。
4. 私たちは病院医療にかかわるあらゆる安全管理に最大の努力を払います。
5. 私たちは地域の人々により良い医療を提供するために、他の機関との積極的な連携を推進します。

発行人 理事長 池澤 康郎 発行責任者 事務局長 森久保 豊

東京都中野区中央四丁目 59 番 16 号 TEL 03-3382-1231(代) 欄附 03-3382-9991

中野総合病院ホームページ <http://www.nakanosogo.or.jp> E-mail: [soumu@nakanosogo.or.jp](mailto:soumu@nakanosogo.or.jp)

## ◆薬の正しい服用法

今月号は、去る7月11日に行われた第6回中野総合病院区民講座において、講演いただきました薬剤科科長代行の井上憲幸薬剤師による「薬の正しい服用法」についての要約版を掲載いたします。どうぞ、お薬服用の際のご参考になさってください。



「薬」という字はくさかんむりに「楽＝ラク」と書きます。

古代中国で病気になると薬草を試して効いたもの（楽になったもの）を「薬」と呼ぶようになったのが語源とも言われています。しかし、カタカナで「クスリ」と書いて逆から読んでみると「リスク＝危険」という意味になります。多くの薬には**効果**（主作用）と**危険**（副作用）の両面があることを認識して服用していただきたいと思ひます。

### 1. 医薬品の働き

例えば風邪を引くと高熱が出ることがあります。これは体内に侵入したウイルスを死滅させるための身体の防衛反応です。このように身体には薬に頼らなくても病気を治し、健康を回復しようとする「自然治癒力」が備わっています。医薬品は自然治癒力の働きを助けるもので、医薬品が病気を治す訳ではありません。

従って「風邪を引いたら風邪薬で治そう」ではなく、安静を心がけ栄養や睡眠を十分にとり自然治癒力を高めることが重要です。

薬＝「草」＋「楽」

食べると楽になるクサ

「クスリ」⇔「リスク」

クスリはリスク(キケン)がつきもの



### 2. 服用時間について

「食前」はご飯を食べる30分位前を指します。薬には食べ物の影響を受け易いものもあり、食べ物が胃の中にない時に飲む方がよい場合の服用法です。

「食後」はご飯を食べ終えてから30分位で飲むことを指します。一番多い服用法です。これは薬には胃を荒らす成分を含んでいるものがあり、食べ物が胃にある間に飲んで胃が荒れるのを防ぎます。また、飲み忘れを防ぐ意味で食後と決めている場合もあります。「ご飯を食べたら薬を飲む」と覚えておけば忘れにくいからです。当院でも同じ理由で「食後」とは食事の後すぐに飲むことになっています。「食間」とは食事と食事の間に飲むという意味です。ご飯を食べ終えてから2時間位で飲むと覚えておけば良いと思ひ



ます。その他にも発熱時や疼痛時など症状が出た時だけ飲む「頓服」や「6時間毎」など時間を指定して等間隔で飲む薬などがあります。



### 3. 医薬品の正しい服用法

医薬品を多く服用することで病気や怪我が早く治るということはありません。用量や用法を守らないと逆に健康を損なう場合があります。他に服用時間を守ることも大切です。薬は作用までの時間を逆算して服用時間が決められていますので、これを守らなければ薬が効いて欲しい時に効かないこととなります。さらに薬によっては他の薬と併用することも避けなければなりません。特に複数の病院に通っている場合には、各々の医療機関で処方された薬を一緒に服用することになり注意が必要です。薬の相互作用によって予測出来ない副作用が出たり、期待した薬の効果が得られない場合があるからです。他の医療機関で処方されている薬がある場合には、必ず医師や薬剤師に伝えるようにしましょう。

### 4. 薬の副作用・相互作用

薬には体内で治療の目的を果たす「主作用」と治療上不要な「副作用」があります。薬は身体にとっては異物ですから都合の良い反応ばかりではありません。従って薬を服用する際は、薬の副作用や自分の体質を理解した上で服用するようにしなければなりません。



「風邪薬を飲んだら眠くなった」という話をよく聞きます。これは副作用の一つです。「胃がムカムカする」「発疹が出た」なども薬を飲んでの症状ならば副作用だと言えます。また2種類以上の薬を一緒に飲んだ場合、お互いに影響し合って薬の効き目が強くなったり弱くなったりすることがあります。これを薬の相互作用と呼んでいます。食べ物と薬が一緒でも相互作用が出る場合があります。

終わりに、薬は正しく服用することで最大の効果を発揮します。医師や薬袋の指示に従って正しく服用しましょう。薬のことで判らないことがありましたら、遠慮せずに薬剤師に聞くようにしましょう。

## ◆中野総合病院区民健康講座のお知らせ

9月、10月の健康講座は次のようになります。

皆様のご参加お待ちしております

第7回 日時：9月5日(土)

「ピロリ菌から胃がんまで」

講師：中野総合病院 外科医長 榎本 直記 医師



第8回 日時：10月10日(土)

「眠りについて ~まずは正しい理解から~」

講師：新渡戸記念中野総合病院 精神神経科部長 成田 亨子 医師

時間：何れの回も 午後2時 ~ 3時までです。

場所：くみあい保険薬局会館 3階大会議室

参加申し込み先：地域医療連携室

電話：3382-1231(代) 内線211

# ◆第16回抒情コンサートを開催いたします

本年も、敬老の日に因み“第16回抒情コンサート”開催いたします。  
 今回は下記の日時に開催いたしますので、どうぞ皆様でお越しくださいませう、ご案内申し上げます。

日時：平成27年9月12日（土）  
 午後3時～4時

会場：中野総合病院1階内科外来待合室



## 9月の小児救急体制

中野総合病院では、中野区並びに中野区医師会のご協力を得て、小児の初期(1次)救急として「準夜間小児初期救急医療」を救急外来で実施しています。

一般診療所の診察時間が終わった後、お子さんが急病の際には、下記の夜間受付電話にご連絡のうえご来院ください。15歳以下のお子さんを対象に、小児科医が診療を行います。※血液検査、点滴等の処置、入院等  
 を必要とする場合は他病院を紹介します。

9月1日から30日までの、準夜間小児初期救急医療体制は下記の通りです。なお、都合により医師の変更もあり得ますので、ご了承ください。ご不明な点は、下記夜間受付にお問い合わせ願います。

### 9月準夜間小児初期救急担当医

受付時間：毎日午後6時30分～午後9時45分

診療時間：毎日午後7時～午後10時

夜間受付：03-3382-9991

日	月	火	水	木	金	土
		1 柴田 淳	2 村杉 寛子	3 佐藤 美紀	4 清水 泰岳	5 保崎 明
6 右田 王介	7 小須賀基通	8 高梨 栄	9 佐和田哲也	10 佐藤 美紀	11 清水 泰岳	12 福原 康之
13 清水 泰岳	14 小須賀基通	15 由良 明彦	16 多田 光	17 佐藤 美紀	18 清水 泰岳	19 小須賀基通
20 清水 泰岳	21 清水 泰岳	22 福原 康之	23 右田 王介	24 佐藤 美紀	25 清水 泰岳	26 右田 王介
27 右田 王介	28 小須賀基通	29 細谷 直人	30 右近 智雄			

## 中野総合病院業務概況（平成27年7月）

	延患者数		手術件数		入院主要手術
	入院	外来	入院	外来	
内科	1,704	3,811	23	14	血管移植術：バイパス移植術、肝悪性腫瘍ラジオ波焼灼療法(2cmを超える)、血管塞栓術(頭部、胸腔、腹腔内血管等；止血術)
精神神経科	0	942	0	0	
神経内科	1,213	1,108	6	0	中心静脈注射用植込型カテーテル設置、胃瘻造設術、気管切開術
小児科	0	379	0	0	
外科	1,311	1,104	98	11	腹腔鏡下直腸切除・切断術(低位前方切除術)、胃全摘術(悪性腫瘍手術)、直腸切除・切断術(低位前方切除術)
整形外科	1,183	2,688	46	29	関節形成手術(手)、関節内骨折脱臼の手術、人工骨頭挿入術(股)
形成外科	9	290	4	39	眼瞼下垂症手術(眼瞼挙筋前転法)、皮膚、皮下腫瘍摘出術(露出部以外：長径6cm以上)、皮膚皮下粘膜炎下血管腫摘出術(露出部、長径3cm未満)
脳神経外科	148	397	2	5	慢性硬膜下血腫穿孔洗浄術、小腸結腸内視鏡の止血術
皮膚科	100	1,591	1	16	皮膚切開術(長径10cm未満)
泌尿器科	166	728	4	0	膀胱悪性腫瘍手術(経尿道の手術)、膀胱結石摘出術(経尿道の手術)、膀胱水圧拡張術
婦人科	49	445	14	2	腹腔鏡下子宮筋腫摘出(核出)術、子宮全摘術、子宮付属器腫瘍摘出術(両側；腹腔鏡)
眼科	46	817	21	6	水晶体再建術(眼内レンズを挿入する場合)、涙管チューブ挿入術(涙道内視鏡)、涙点形成術
耳鼻咽喉科	80	843	2	9	喉頭腫瘍摘出術(直達鏡)、口蓋扁桃手術(摘出)
放射線科	0	22	0	0	
療養病棟	818	0	0	0	
合計	6,827	15,165	221	131	

